

ハートフルセッション IN 北九州！

骨盤底筋機能解剖学

～フランクリンメソッドのペルビックパワー～

西日本新聞にも掲載 (2017,6,17)



身近に潜むことだからこそ

きちんと理解したい！それが

骨盤底筋群！

2017年の

ハートフルセッションのテーマは

《骨盤底筋》

知っているようで知らない骨盤底筋の重要性や機能解剖をわかりやすくお伝えします。講師は機能解剖学のスペシャリストでもある尾陰由美子先生です！ぜひこの機会に一緒に学びを深めましょう！

★尾陰先生からのメッセージ★

姿勢や呼吸に深い関わりを持つ骨盤底筋の構造と機能を理解し、ヨガやピラティスなどのレッスンに生かしてみましょ。

フランクリンメソッドの考え方を紹介しながらエクササイズへの応用の方法を紹介したいと思います！

開催日時

2017年9月24日 10:00～16:00 (休憩含む)

場所

ホテルクラウンパレス北九州内、スタジオ

北九州市八幡西区東曲里町 3-1

問合せ先

ハートフル アソシエイト

839-0841 久留米市御井旗崎 1-12-7-705

080-2792-9587 | equip@cello.ocn.ne.jp | <http://equipfitness.iinaa.net/>

《セミナー内容》

10:00～13:00 骨盤底筋機能解剖学

14:00～16:00 ひめトレヨガ体験

《セミナー料金》

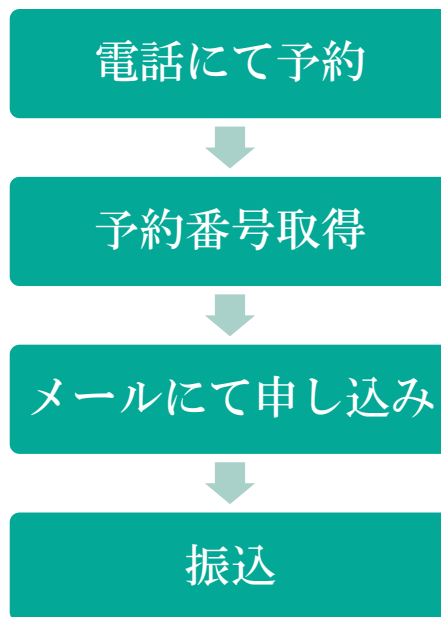
5時間受講：16,200円（税込）

《早割特典》

8月23日までにお申し込みの方は早割特典として13,500円（税込）

《定員》 30名（先着順）

《お申込み方法》



《申し込み開始》

8月1日（火）10:00～

受付電話番号：080-2792-9587

メールアドレス：equip@cello.ocn.ne.jp